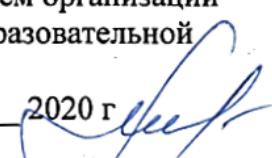


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталья Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 2020.10.06
Уникальный программный код:
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Факультет физической культуры
Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта

Согласовано управлением организации
и контроля качества образовательной
деятельности

« 10 » 06 2020 г. 
Начальник управления
/М.А. Миненкова/

Одобрено учебно-методическим советом

Протокол «10» 06 2020 г. № 12а
Председатель 
/Г.Е. Суслин/

Рабочая программа дисциплины
Мониторинг физического развития и физической подготовленности населения

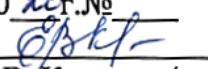
Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование

Профиль:
Физическая культура и дополнительное образование

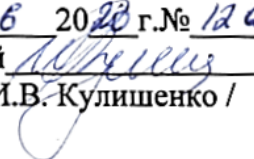
Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Согласовано учебно-методической
комиссией факультета физической культуры:

Протокол «10» 06 20 20 г. № 12а
Председатель УМКом 
/ Е.В. Крякина /

Рекомендовано кафедрой теории и
методики физического воспитания и
спорта

Протокол «10» 06 20 20 г. № 12а
И.о. зав. кафедрой 
/ И.В. Кулишенко /

Мытищи
2020

Автор-составитель:

Кулишенко И.В.

К.п.н., доцент кафедры Теории и методики физического воспитания и спорта МГОУ

Рабочая программа дисциплины «Мониторинг физического состояния учащихся» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 22.02.2018 г. №121

Год начала подготовки 2020

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	5
3. Объем и содержание дисциплины.....	5
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	7
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.....	9
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	21
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	22
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	22
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	23

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины

Цель дисциплины - формирование углубленных знаний в области физического состояния и здоровья человека, овладение широким спектром концептуальных и методических подходов для оценки различных параметров физического состояния учащихся (занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом) на разных этапах онтогенеза.

Задачи дисциплины:

1. Понимание законов формирования, сохранения высокого уровня физического статуса человека на разных этапах онтогенеза;
2. Получение знаний о возможностях и особенностях осуществления мониторинга физического развития, двигательных способностей человека в разнообразных формах физической культуры (спорт, физическое воспитание, профессионально-прикладная и лечебная физическая культура, двигательная рекреация);
3. Приобретение навыков проведения научных исследований, помогающих оценить уровень физического развития, физической подготовленности, психомоторных параметров, а также уровня здоровья человека с учетом пола, возраста, характера двигательной активности;
4. Приобретение умений обрабатывать, анализировать, обобщать и интерпретировать материалы научной информации, полученной в результате осуществления мониторинга физического развития, физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом.

1.2. Планируемые результаты обучения

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Мониторинг физического развития и физической подготовленности населения» относится к вариативной части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Мониторинг физического состояния учащихся» используются знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Теория и методика физического воспитания и спорта», «Основы научно-методической деятельности», «Информационные технологии в физической культуре», «Анатомия человека», «Физиология человека».

Освоение данной дисциплины является основой для последующего прохождения «Лечебная физическая культура», педагогической практики, подготовки к итоговой государственной аттестации.

3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения
	Очная

Объем дисциплины в зачетных единицах	2 з.е.
Объем дисциплины в часах	72
Контактная работа:	50
Лекции	14
Практические	18
Лабораторные работы	18
Самостоятельная работа	22
контроль	зачет

Промежуточная аттестация: зачет в 5 семестре.

3.2.Содержание дисциплины

По очной форме обучения

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов		
	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия
Тема 1. Мониторинг как вид научно-практической деятельности. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.	2	2	2
Тема 2. Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.	2	4	4
Тема 3. Физическое развитие и методы его оценки	4	4	4
Тема 4. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом. Комплекс ГТО.	4	4	4
Тема 5. Информационные технологии при проведении мониторинга физического состояния учащихся	2	4	4
Итого	14	18	18

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Количество часов очная форма	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Формы отчетности
Мониторинг как вид научно-практической деятельности. Роль мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом	1. Анализ мониторинговых систем в различных сферах деятельности. 2. Теоретические основы проектирования общероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья детей, подростков, молодежи. 3. Принципы организации и проведения исследований состояния физического здоровья подрастающего поколения Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.	4	Конспектирование, анализ литературных источников	ОЛ: 1-2 ДЛ: 3-11	Сообщения на практических занятиях
Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.	1. Характеристика понятия «здоровье». 2. Принципы формирования критериев уровня здоровья. 3. Практические подходы к оценке уровня здоровья. 4. Современные технологии в оценке уровня здоровья. 5. Индивидуальная карта здоровья. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.	4	Конспектирование, анализ литературных источников	ОЛ: 1-2 ДЛ: 3-11	Сообщения на практических занятиях

Физическое развитие и методы его оценки	1. Методика оценки уровня физического развития. Возможности применения метода индексов.	4	Конспектирование, анализ литературных источников	ОЛ: 1-2 ДЛ: 3-11	Сообщения на практических занятиях, контрольная работа, презентация
Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом Комплекс ГТО	1. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой и спортом. 2. Координационные способности и методика их оценки в процессе спортивного отбора и занятий физической культурой и спортом. Осуществление мониторинга общих и специфических координационных способностей у спортсменов различных видов спорта с учетом этапа многолетней тренировочной подготовки. 3. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 4. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в	4	Конспектирование, анализ литературных источников	ОЛ: 1-2 ДЛ: 3-11	Сообщения на практических занятиях

	различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 5. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 6. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта. 7. Методика проведения тестирования в соответствии с требованиями комплекса ГТО.				
Информационные технологии при проведении мониторинга физического состояния учащихся	1. Компьютерные программы, обеспечивающие проведение мониторинга. 2. Характеристики и компьютерных программ. 3. Программа «Физкультурный паспорт». 4. Тесты и аналитические таблицы компьютерных программ.	6	Конспектирование, анализ литературных источников	ОЛ: 1-2 ДЛ: 3-11	Сообщения на практических занятиях

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Выпускник по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура и дополнительное образование» с квалификацией (степенью) «бакалавр» должен обладать следующими компетенциями:

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

5.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
1	2	3	4	5	6
УК-7	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические и лабораторные занятия). 2. Выполнение проектных заданий (самостоятельная работа).	Знать: - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; Уметь: - выполнять и подбирать комплексы упражнений атлетической, ритмической и аэробной гимнастики; Владеть: - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности;	Текущий контроль: Устный опрос	41-60

5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ (Устный опрос)

1. Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.
2. Виды мониторинга и структура его проведения в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий физической культурой.
4. Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.
5. Взаимосвязь уровня здоровья и качества жизни.
6. Виды педагогического контроля в практике физической культуры и спорта
7. Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза.
8. Оценка основных антропометрических данных параметрическим методом (сигмальный метод).
9. Методика оценки уровня биологической зрелости.
10. Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.
11. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой.
12. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий спортом.
13. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
14. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
15. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
16. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
17. Технология составления первичных и сводных протоколов исследования уровня физического развития и физической подготовленности.
18. Методы обработки данных.
19. Графическое отображение полученных результатов.
20. Интерпретация полученных результатов.
21. Технология определения уровня физической подготовленности населения в соответствии с требованиями комплекса ГТО.

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей школьников
2. Морфофункциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у девушек и женщин в процессе занятий физической культурой и спортом
3. Обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки

4. Мониторинг параметров, отражающих биологический возраст зрелых и пожилых людей в процессе занятий физической культурой
5. Ознакомление с методикой составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания
6. Методика проведения массового тестирования различных групп населения в лабораторных и естественных условиях
7. Самостоятельное тестирование и самоконтроль уровня физического развития в процессе занятий физической культурой и спортом
8. Методика проведения лонгитюдных исследований различных параметров физического состояния в процессе занятий физической культурой и спортом
9. Методика оценки психомоторных параметров в процессе занятий физической культурой и спортом (скорость реакции, точность, различительная чувствительность по параметрам движения, двигательная память)
10. Методика определения психомоторных способностей в естественных и лабораторных условиях
11. Мониторинг показателей физического и психологического состояния в течение соревновательного периода в различных видах спорта.
12. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
13. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
14. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования и функциональные пробы) в различных возрастных группах
15. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
16. Оценка уровня развития координационных способностей (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах
17. ГТО – как основа мониторинга уровня физического развития и физической подготовленности населения.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ

1. Понятие, цель и задачи мониторинга в процессе занятий физической культурой и спортом.
2. Виды мониторинга и структура проведения исследований в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий физической культурой.
4. Программно-документационное обеспечение мониторинга в процессе занятий спортом.
5. Здоровье и критерии его оценки в процессе занятий физической культурой и спортом.
6. Взаимосвязь уровня здоровья и качества жизни. Методики оценки качества жизни.
7. Виды педагогического и врачебно-педагогического контроля в практике физической культуры и спорта.
8. Физическое развитие и методы его оценки на разных этапах онтогенеза.
9. Методика оценки уровня физического развития. Возможности применения метода индексов.
10. Индексы, позволяющие оценить уровень пропорциональности телосложения.
11. Индексы, позволяющие оценить весо-ростовые параметры человека.

12. Оценка основных антропометрических данных параметрическим методом (сигмальный метод).
13. Оценка основных антропометрических данных непараметрическим методом (центильный метод).
14. Морфогенетические основы индивидуальных различий. Понятие об общей и частных конституциях (тип телосложения, классификации морфотипов).
15. Обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки.
16. Методика оценки уровня биологической зрелости и скорости протекания процессов биологического созревания в процессе занятий физической культурой и спортом.
17. Мониторинг параметров, отражающих биологический возраст зрелых и пожилых людей в процессе занятий физической культурой
18. Методика составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания.
19. Необходимость учета индивидуально-типологических особенностей в процессе отбора и спортивной ориентации.
20. Типологические особенности в различных видах спортивной специализации (морфотип, тип нервной системы, тип межполушарной асимметрии, тип мышечных волокон)
21. Методика оценки мышечной композиции в практике физической культуры и спорта.
22. Методика оценки типа нервной системы в практике физической культуры и спорта.
23. Осуществление спортивной ориентации и отбора по результатам проведения мониторинга физического развития и индивидуально-типологических свойств организма (на модели одного вида спорта).
24. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий физической культурой.
25. Физическая подготовленность и методы ее оценки в различных половозрастных группах в процессе занятий спортом.
26. Координационные способности и методика их оценки в процессе спортивного отбора и занятий физической культурой и спортом.
27. Осуществление мониторинга общих и специфических координационных способностей у спортсменов различных видов спорта с учетом этапа многолетней тренировочной подготовки.
28. Оценка уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
29. Оценка уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
30. Оценка уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
31. Оценка уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах при занятиях физической культурой и различными видами спорта.
32. Обзор существующих методик оценки психологического состояния при занятиях физической культурой и спортом.
33. Технология составления первичных и сводных протоколов исследования уровня физического развития и физической подготовленности. Методы обработки

данных. Графическое отображение полученных результатов. Интерпретация полученных результатов.

34. Обзор существующих методик оценки психомоторных параметров при занятиях физической культурой и спортом.

35. Комплекс ГТО – как вид мониторинга уровня физического развития и физической подготовленности населения.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Дайте характеристику морфофункциональным характеристикам возрастных особенностей школьников

2. Определите морфофункциональные характеристики и особенности мониторинга этих показателей у девушек и женщин в процессе занятий физической культурой и спортом.

3. Дайте обзор существующих методик оценки типа телосложения. Изменение параметров телосложения под влиянием спортивной тренировки

4. Раскройте содержание мониторинга параметров, отражающих биологический возраст зрелых и пожилых людей в процессе занятий физической культурой

5. Ознакомление с методикой составления нормативных таблиц и шкал показателей физического развития для детей и подростков с учетом возраста, пола, региона проживания

6. Определите методику проведения массового тестирования различных групп населения в лабораторных и естественных условиях

7. Раскройте содержание самостоятельного тестирования и самоконтроля уровня физического развития в процессе занятий физической культурой и спортом.

8. Раскройте содержание методики оценки уровня развития быстроты (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.

9. Раскройте содержание методики оценки уровня развития силы (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.

10. Раскройте содержание методики оценки уровня развития выносливости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.

11. Раскройте содержание методики оценки уровня развития гибкости (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.

12. Раскройте содержание методики оценки уровня развития координационных способностей (методика педагогического тестирования) в различных возрастных группах.

13. Методика оценки психомоторных параметров в процессе занятий физической культурой и спортом (скорость реакции, точность, различительная чувствительность по параметрам движения, двигательная память)

14. Методика определения психомоторных способностей в естественных и лабораторных условиях

15. Мониторинг показателей физического и психологического состояния в течение соревновательного периода в различных видах спорта

ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ

Задание 1.

Выполните тестирование показателей здоровья населения двух групп, используя основные тесты физического развития, физической и функциональной подготовленности. Данные тестирования занесите в таблицы. По результатам тестирования сформулируйте выводы, сравнив показатели здоровья населения одной возрастной группы (разных возрастных групп).

Задание 2.

Составьте план проведения педагогических измерений показателей здоровья населения. В плане должны быть представлены: цель и задачи, описание методики организации и проведения измерений, методы обработки полученных результатов.

При составлении плана необходимо учитывать следующие параметры:

- 1) периодичность измерений (2-3 раза в год);
- 2) объём выборки (не менее 10-15 человек);
- 3) контингент населения (возраст, стаж занятий физическими упражнениями, специализация в различных видах спорта и т.д.).

Задание 3.

Разработайте программу организации системы мониторинга физического развития и физической подготовленности населения.

В программе укажите:

- нормативно-правовую базу проведения мониторинга,
- цели и задачи.
- область внедрения,
- ожидаемые результаты,
- формы обобщения информации,
- основные этапы мониторинга,
- методические указания проведения мониторинга

ТЕМЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ПРЕЗЕНТАЦИЙ

1. Мониторинг здоровья как оценка эффективности образовательного процесса.
2. Организации системы мониторинга физического развития и физической подготовленности обучающихся образовательных учреждений.
3. Сбор, обработка и представление результатов мониторинга по физическому развитию и физической подготовленности.
4. Программа мониторинга уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся.
5. Этапы мониторинга.
6. Правила и методика антропометрических измерений.
7. Организация и методика оценки физической подготовленности.
8. Стандарты для оценивания мониторинга физической подготовленности.
9. Мониторинг уровня физического развития как одна из форм систем оценки и прогнозирования физической подготовленности обучающихся с учетом их индивидуальных возможностей.
10. Показатели физической подготовленности.
11. Оценка и уровень физической подготовленности

5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Для оценки этапов формирования компетенций используется рейтинговая система оценки успеваемости и качества знаний студентов.

Распределение баллов по видам работ:

Название компонента	Распределение баллов
Посещение	до 20
Текущий контроль (проектные задания, практические задания, опрос)	до 40
Творческий рейтинг (выполнение самостоятельных заданий, подготовка сообщений, рефератов)	до 30
Зачет	до 10

Требования к зачету

Процедура оценивания знаний и умений для получения зачета состоит из следующих составных элементов:

1. Учет посещаемости лекционных и практических занятий осуществляется по ведомости представленной ниже в форме таблицы.

Таблица 1

№ п/п	Фамилия И.О.	Посещение занятий								Итого %
		1	2	3	4				18	
1.										
2.										

Зачет выставляется в соответствии с предложенной ниже таблицей 2

Таблица 2

№ п/п	Фамилия И.О.	Сумма баллов, набранных в семестре			Отметка о зачете	Подпись преподав.
		Посещение 20 баллов	Текущий контроль: Выполнение проектных заданий 40 баллов	Творческий рейтинг 30 баллов		
1	2	4	5	6	7	8
1.						
2.						

Критерии и показатели, используемые при оценивании учебного реферата

Критерии	Показатели
1. Новизна	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы	- соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий темы; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов

Целью самостоятельной работы студентов является овладение знаниями и опытом творческой и исследовательской работы, необходимой бакалавру. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня. В работе используются как традиционные, так и современные формы самостоятельной работы:

1. Внеаудиторная самостоятельная работа.

2. Аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя.

3. Творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

Конкретные формы внеаудиторной самостоятельной работы студентов включают в себя:

- подготовка к лекциям, практическим и лабораторным занятиям;
- реферирование статей, отдельных разделов монографий;
- изучение учебных пособий;
- изучение и конспектирование хрестоматий и сборников документов;
- изучение в рамках программы курса тем и проблем, не выносимых на лекции и семинарские занятия;
- написание тематических докладов, рефератов на проблемные темы;
- конспектирование монографий или их отдельных глав, статей;
- участие студентов в составлении тестов;
- выполнение исследовательских и творческих заданий;
- составление библиографии и реферирование по заданной теме;
- создание наглядных пособий по изучаемым темам;
- самостоятельное изучение темы в рамках «круглых столов».

Темы заданий на самостоятельную работу обозначены в тематическом плане. Количество работ, выполняемых учащимися, должно быть посильно, учитывая загруженность студентов по другим дисциплинам. Постановка целей и задач на самостоятельную работу формулируется преподавателем таким образом, чтобы выполнение заданий было интересным и имело практическое применение в аудиторной работе. В результате развивается творческая активность студента.

Самостоятельная работа студента может строиться по следующим образовательным технологиям:

- проектный метод обучения – это совокупность таких приемов и способов обучения, при которых студенты с помощью коллективной или индивидуальной деятельности по отбору, распределению и систематизации материала по определенной теме готовят рефераты, доклады на научную студенческую конференцию;
- технология работы с портфолио, которое представляет собой совокупность достижений студента по темам лекций.

Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырех балльную систему:

100-балльная система оценки	Традиционная четырех балльная система оценки
81 – 100 баллов	отлично/зачтено
61 – 80 баллов	хорошо/зачтено
41 – 60 баллов	удовлетворительно/зачтено
0- 40 баллов	неудовлетворительно/не зачтено

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Основная литература

1. Голощапов, Б.Р. Физическая работоспособность [Текст]: методика определения и развития : учеб.-метод. пособие для вузов / Б. Р. Голощапов, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина. - М. : МГОУ, 2015. - 62с.
2. Голощапов, Б.Р. Учебно-исследовательская работа студентов на факультете физической культуры [Текст] : учеб. пособие / Б. Р. Голощапов, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина. - М. : МГОУ, 2012. - 106с.

3. Ланда, Б.Х. Диагностика физического состояния. Обучающие методика и технология [Электронный ресурс] : учеб. пособие. — М. : Спорт, 2017. — 128 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74293.html>

6.2.Дополнительная литература

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник для вузов / Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С. - М.:ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=883774>
2. Вериге, Л.И. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Вериге Л.И., Вышедко А.М. - Красноярск : СФУ, 2016. — 224с. — Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785763835601.html>
3. Виноградов, П.А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, А.В. Царик, Ю.В. Окуньков - М. : Спорт, 2016. — 234с. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839794.html>
4. Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов [Электронный ресурс] / Е.Д. Грязева, М.В. Жукова, О.Ю. Кузнецов, Г.С. Петрова. - 2-е изд. - М.: ФЛИНТА, 2013. - 168 с. — Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976516878.html>
5. Сырвачева, И.С. Квалиметрия самоподготовки и самоконтроля студентов при занятиях физической культурой [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И.С. Сырвачева, С.Н. Зуев, В.А. Сырвачев. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 103 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73331.html>

6.3.Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.rian.ru
2. www.school.edu.ru
3. www.sport28.ru.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Методические указания по практическим занятиям. Авторы-составители Кулишенко И.В., Храмцов П.И.
2. Методические указания «Самостоятельная работа студентов». Авторы-составители Кулишенко И.В., Храмцов П.И.

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Microsoft Windows
Microsoft Office
Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ
Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

fgosvo.ru
pravo.gov.ru
www.edu.ru

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием.

- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;

- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями;

- лаборатория (ЛР, ПР) оснащенная, лабораторным оборудованием:

комплект учебной мебели, персональные компьютеры с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ